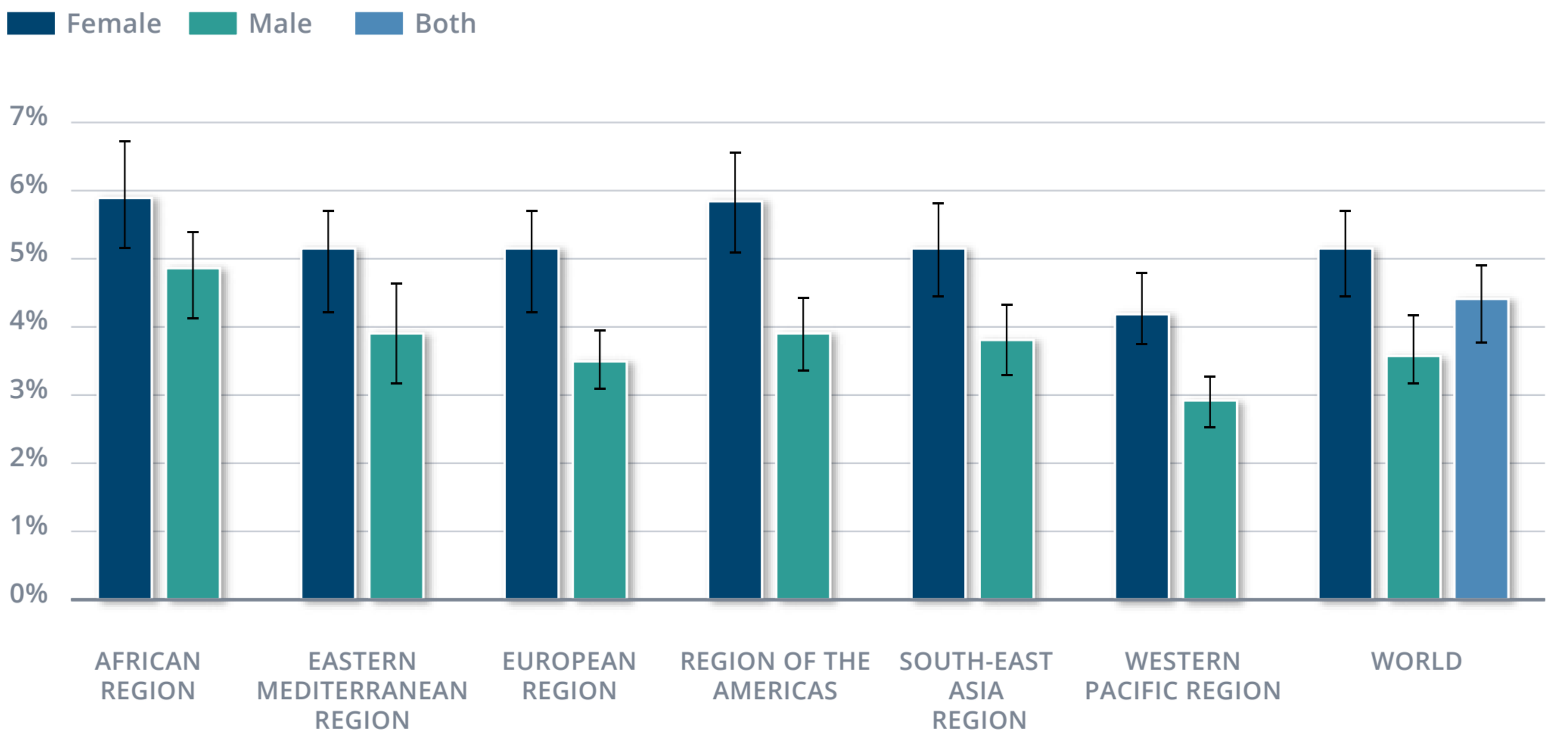
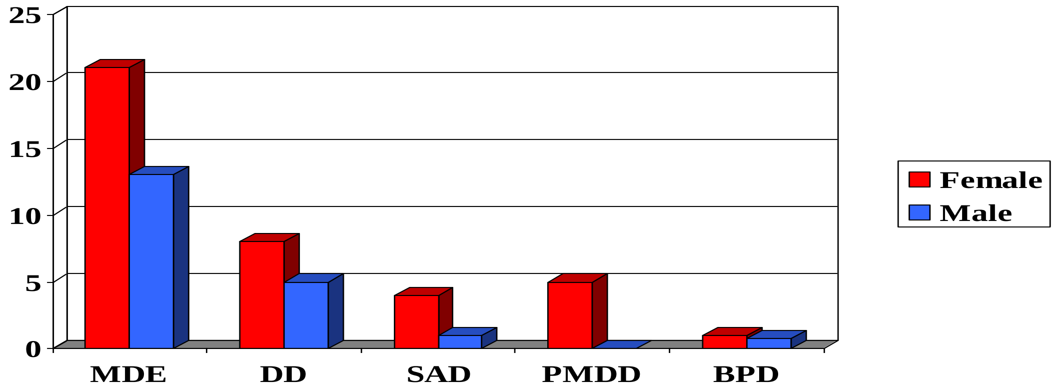


ا.د.حنان عزام
استاذ الطب النفسي
طب عين شمس

Prevalence of depressive disorders (% of population), by WHO Region



Psychiatric Diagnoses in Women



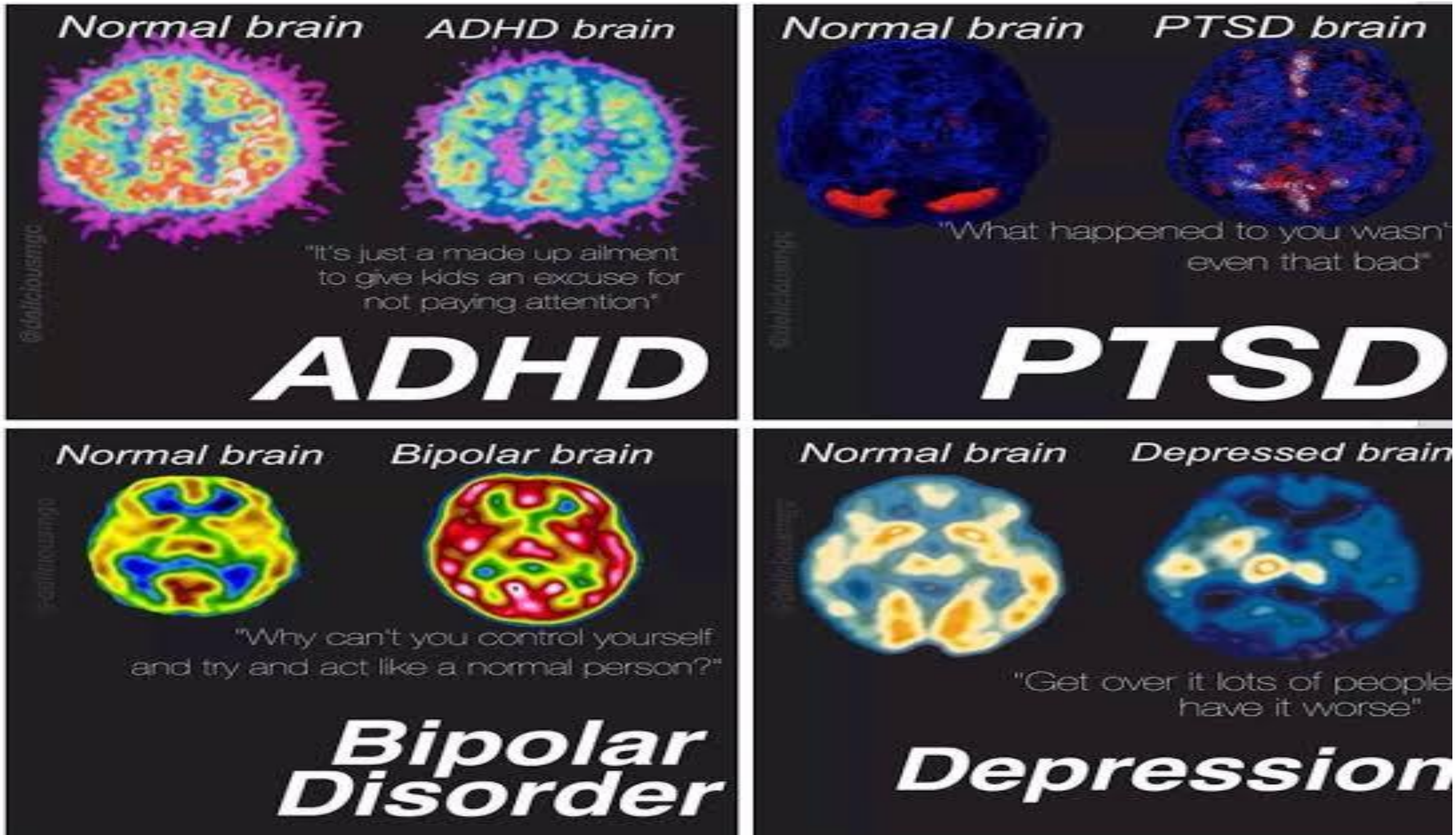
بداية، كيف تُعرّف الصحة النفسية؟

- عرفت منظمة الصحة العالمية الصحة النفسية بأنها
- حالة من التوازن الفكري والعقلي والنفسي؛ بمعنى الشعور بأنني قادر على التعامل مع المجتمع ومع ذاتي، والتعامل مع انفعالاتي المختلفة أثناء مسيرة حياتي، ومعنى هذا التوازن أن لديَّ حالة من الصحة النفسية.

- وهذا لا يعني أن كل حالات التقلب المزاجي، والشعور بعدم السعادة، والغضب، والانفعال حالات مرضيّة
- ، القضية هي القدرة على التحكم في هذا الأمر، فإذا غابت هذه القدرة فمعنى ذلك أنَّ لديَّ مشكلة في الحالة النفسية.
- وهذا هو التعريف العام، ولكن المرض النفسي من وجهة نظر طبية له مفهوم وتعريف آخر.

. المرض النفسيّ:

اتجاهات غير سليمة للفرد تجاه نفسه ومجتمعه، أي أنّه حالة من عدم التوافق في التفاعل النفسيّ والاجتماعيّ، وظهور السلوكيات غير السوية التي تؤثر في سلامة إنجازات الفرد، وسير حياته بشكل آمن ومستقرّ لنفسه ولمن حوله، وقد ينتقل المرض النفسيّ في حالات متقدّمة من الاعتلال النفسيّ إلى الاعتلال العضويّ أو الوظيفيّ، مثل اضطرابات الجهاز التنفسي نفسيّة المنشأ، أو حالات الإكزيما النفسيّة



Normal brain
ADHD brain
"It's just a made up ailment to give kids an excuse for not paying attention"
ADHD
Normal brain
PTSD brain
"What happened to you wasn't even that bad"
PTSD
Normal brain
Bipolar brain
"Why can't you control yourself and try and act like a normal person?"
Bipolar Disorder
Normal brain
Depressed brain
"Get over it lots of people have it worse"
Depression

المرض النفسي

- حالة عضوية تنتج عن خلل في مواد كيميائية، في المخ وهذه المواد الكيميائية نطلق عليها موصلات للإشارة العصبية، وهذه الموصلات عندما تزيد أو تنقص بشكل مستمر تؤدي إلى بعض الأمراض النفسية.
- لذا، فالأمراض النفسية عضوية، تنتج عن الخلل في الموصلات العصبية،

قضيتان:

- الأولى: «الاسم»، ويطلق عليها «أمراض نفسية»؛ وبالتالي فهي تنتج من النفس وليست عضوية.
- والثانية: أن المسببات الرئيسة للمرض لا نعرفها؛ فنحن نجهل الخلل (الكيميائية العضوية التي حدثت)، ونجهل المسبب الرئيس الذي سبب هذا الخلل، وهذا لا يعني أنه لا يوجد مرض

Theories of Psychopathology

نظريات المراضه النفسيه

- Psychoanalytic — التحليل النفسي
  - Result: Freud problems between Id, Ego, Super Ego lead to abnormalities
  - Unconscious drive
- Humanistic — الانسانيه
  - Result: Too sensitive to criticisms/judgments of others
- Cognitive — المعرفيه
  - Result: Faulty illogical thoughts
- Behavioral — السلوكيه
  - Result: All behavior is learned
- Biological — البيولوجيه
  - Result: Brain function due to structural/chemical abnormalities
- Sociocultural
  - Result: Society/culture decide what is acceptable behavior

أهداف العلوم العصبية
Neurosciences

- دراسة وظيفة الدماغ
- دراسة بنية الدماغ
- دراسة أمراض الدماغ
- تفسير العلاقة بين الدماغ والسلوك

التميمي

العوامل البيولوجية

العوامل البيولوجية تتكون من أي شيء مادي يمكن أن يسبب آثارا سلبية على الصحة النفسية للشخص.

وهذا يشمل الوراثة، وتلف قبل الولادة، والالتهابات، والتعرض للسموم، وعيوب الدماغ أو الإصابات، واختلالات كيميائية، وتعاطي المخدرات

ويعتقد العديد من العلماء أن السبب الوحيد للاضطرابات النفسية يقوم على بيولوجيا الدماغ والجهاز العصبي

العلوم العصبية النفسية

التميمي

الجينات

البروتينات

الخلايا

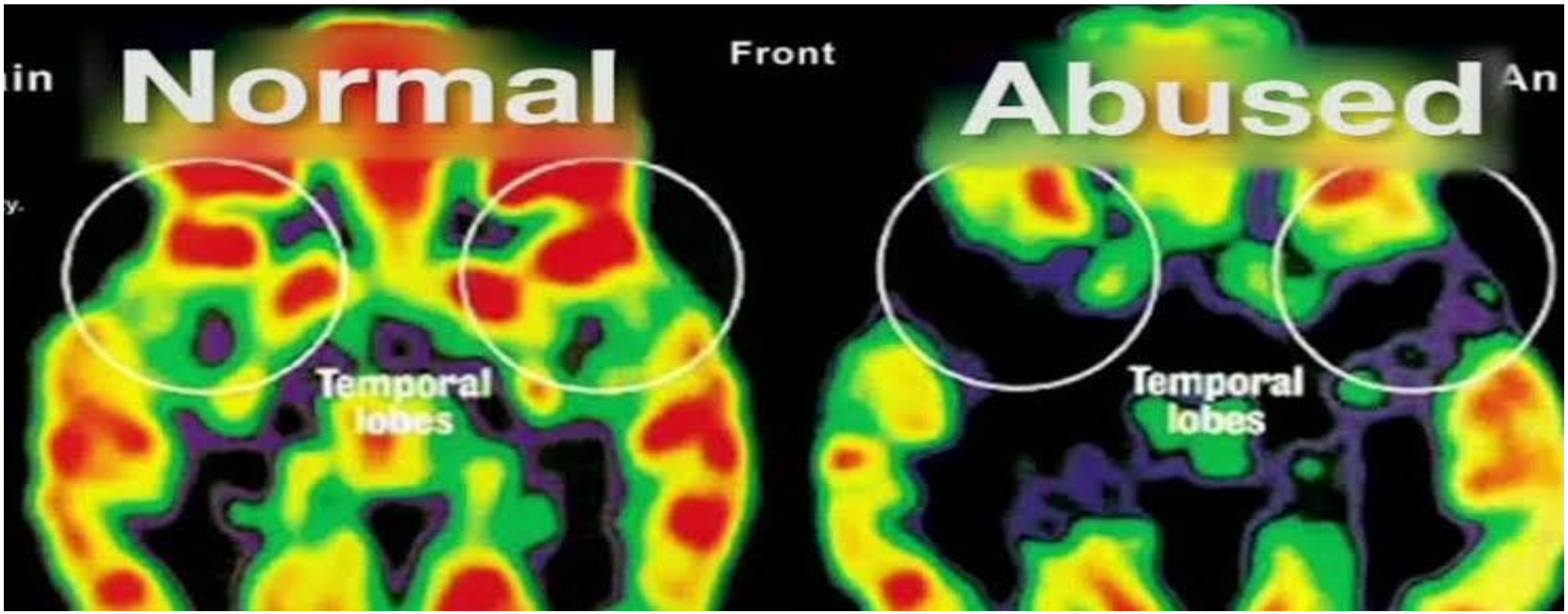
الدوائر العصبية

تأثير البيئة على الجينات.

تجارب الحياة والعوامل البيئية

هي الضغوطات التي يتعامل الأفراد معها في الحياة اليومية. وتتراوح هذه الضغوطات من القضايا المالية إلى انخفاض الثقة بالنفس. الأحداث التي تثير مشاعر الفقدان هي الأكثر احتمالا أن تسبب اضطراب عقلي للفرد

وتشمل العوامل البيئية، على سبيل المثال لا الحصر، الحياة المنزلية المختلة، وضعف العلاقات مع الآخرين، وتعاطي المخدرات، وعدم تلبية التوقعات الاجتماعية، وتدني احترام الذات، والفقر

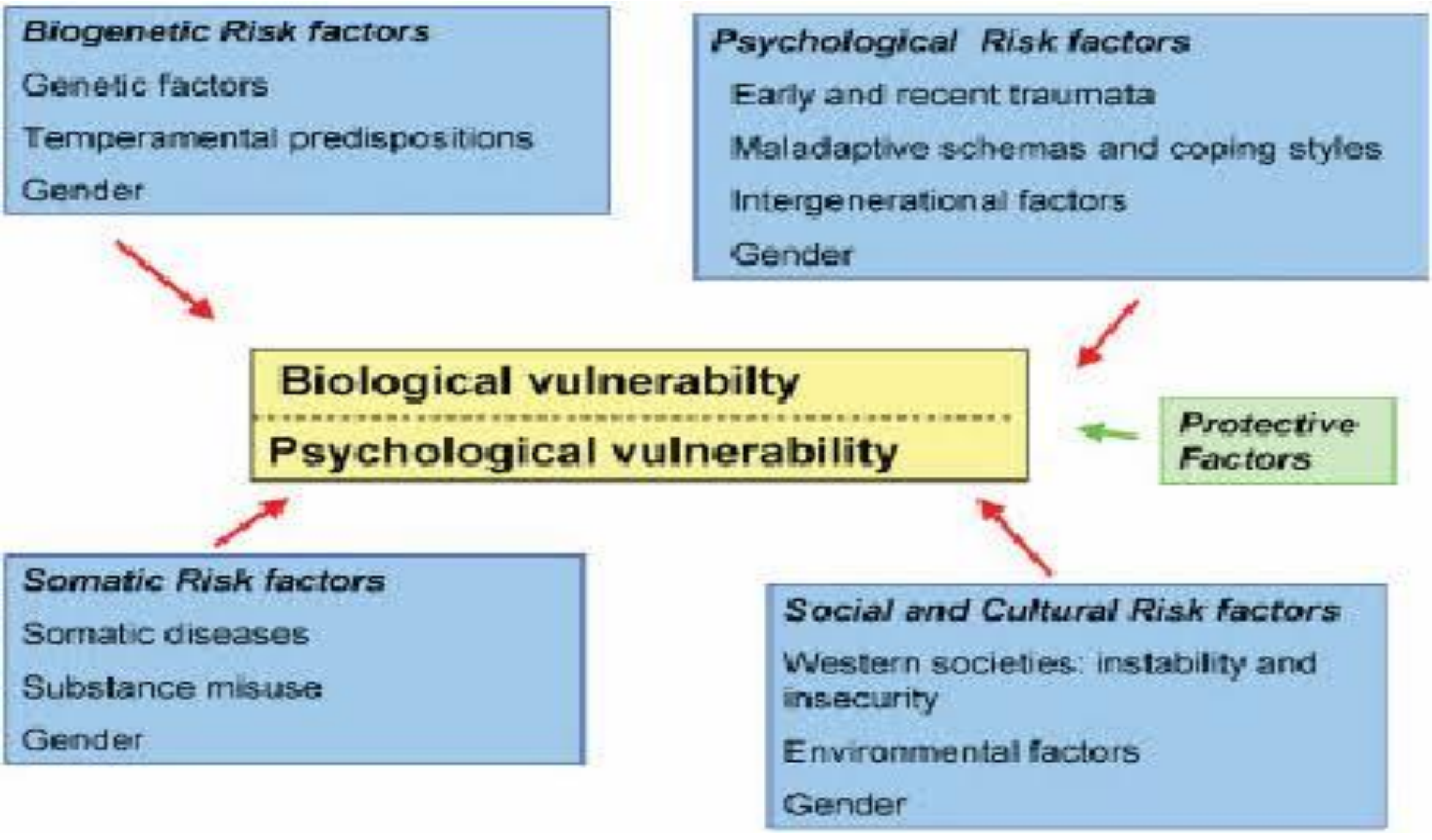


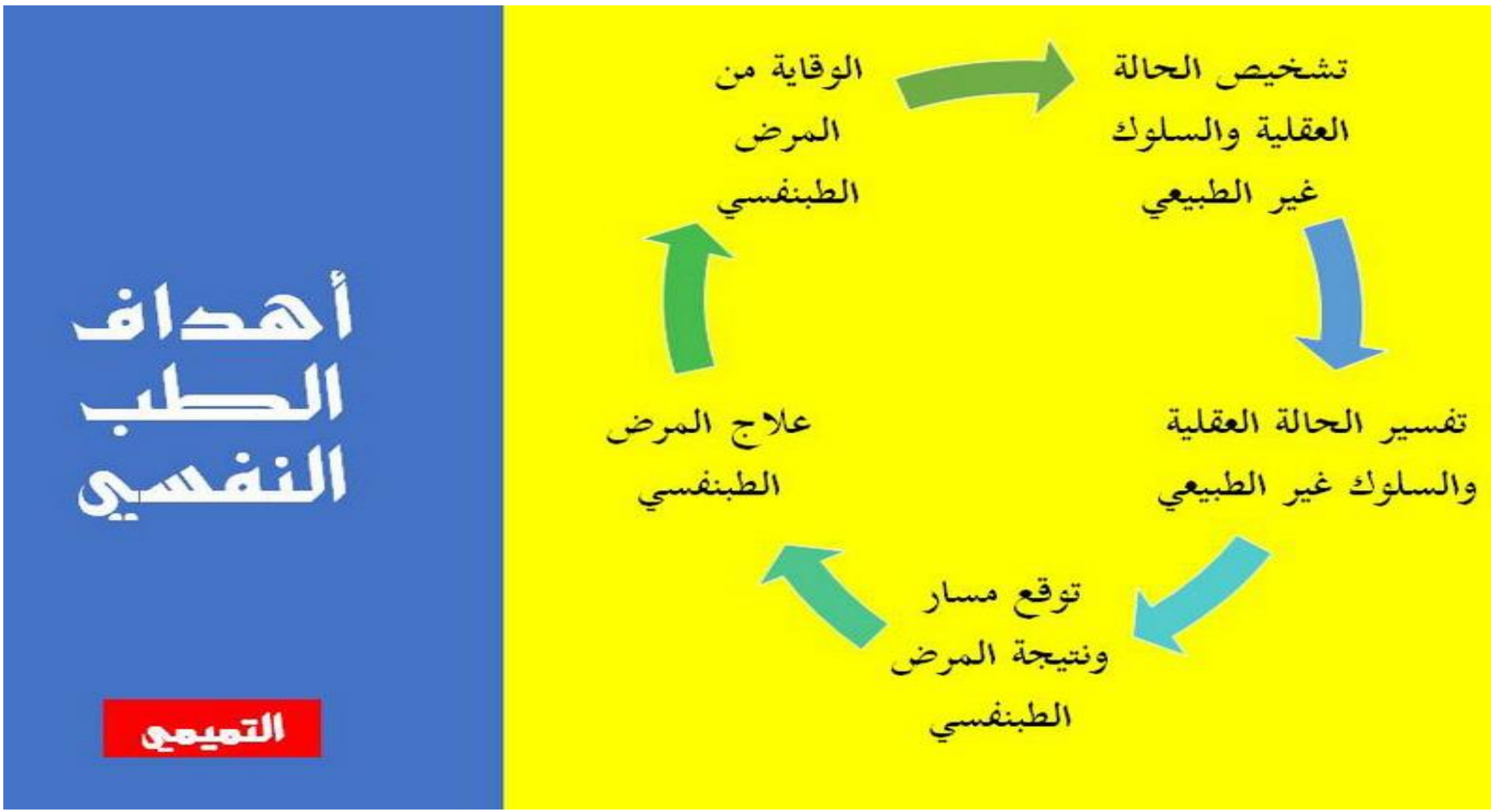
Normal
Front
Abused
Temporal lobes
Temporal lobes

العوامل النفسية والفردية، بما في ذلك القدرة على الصمود

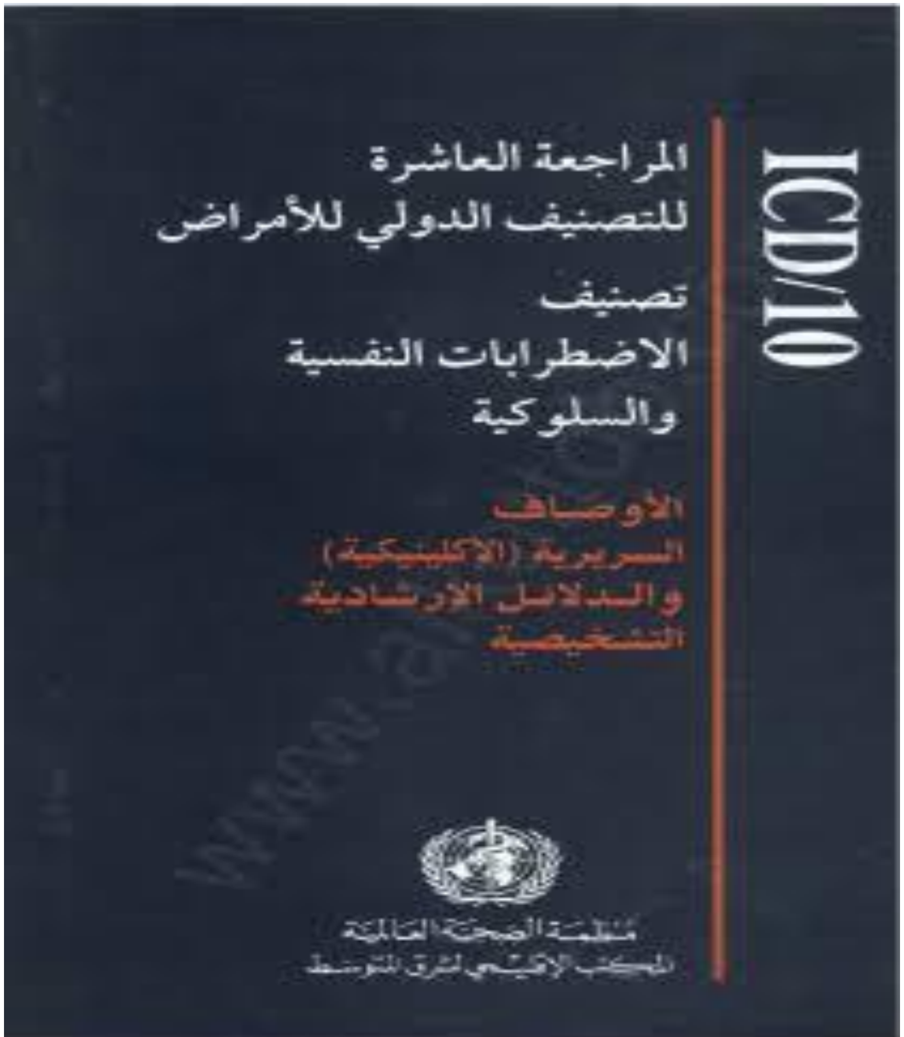

High self-esteem
Non-judgemental Mind
Flexibility
Mindfulness
Resilience
Strong Relationships
Emotional Regulation
Spiritual Freedom
Positive Coping Strategies

مسببات الأمراض النفسية




أهداف الطب النفسي
التميمي
تشخيص الحالة العقلية والسلوك غير الطبيعي
تفسير الحالة العقلية والسلوك غير الطبيعي
توقع مسار ونتيجة المرض الطبنفسي
علاج المرض الطبنفسي
الوقاية من المرض الطبنفسي

تشخيص الأمراض النفسية





تشخيص الأمراض النفسية

يقوم الطبيب بتشخيص الأمراض النفسية عن طريق عدة خطوات،

الاختبارات الجسدية: سيقوم الطبيب بإجراء هذا الاختبار للبحث عن وجود مشاكل جسدية متعلقة بالأعراض.

فحوصات مخبرية: قد يقوم الطبيب بعمل اختبارات لوظائف الغدة الدرقية.

التقييم النفسي: يقوم الطبيب بالتحدث مع المصاب عن الأعراض والأفكار والمشاعر والسلوكيات المتبعة، وفي بعض الأحيان قد يطلب الطبيب من المريض ملء استبيان للإجابة عن بعض الأسئلة التي تساعد في التشخيص.

أعراض الاضطرابات النفسية

تختلف علامات وأعراض الاضطرابات النفسية بالاعتماد على نوع الاضطراب، والظروف المحيطة وعوامل أخرى، وتؤثر هذه الأعراض على المشاعر، والأفكار، والسلوكيات، ومن الأمثلة عليها ما يأتي: [٣]

- الشعور بالحزن.
- تشوش التفكير، وانخاض القدرة على التركيز.
- الشعور بالذنب الشديد، والخوف المفرط.
- الانسحاب من الأنشطة، والابتعاد عن الأصدقاء.
- انخفاض طاقة الجسم، والتعب الشديد.
- التفكير في الانتحار.
- عدم القدرة على التعامل مع المشاكل اليومية أو الإجهاد.
- الهلوسة والأوهام، أو جنون العظمة.
- تغييرات في عادات الأكل.
- الغضب المفرط، أو العداء، أو العنف.
- تغييرات في المؤثرات للرغبة الجنسية.
- مشاكل في فهم الحالات المتعلقة بالأشخاص.
- شرب الكحول، أو تعاطي المخدرات.
- تغيرات مزاجية متطرفة، أي الانتقال من مزاجٍ جيدٍ إلى مزاج سيئ بسرعةٍ كبيرة.[!]
- تظهر في بعض الأحيان أعراض اضطراب الصحة العقلية على أنّها مشاكل جسدية، مثل: ألم في المعدة، أو ألم في الظهر، أو صداع، أو آلام أخرى غير مبررة.

أعراض الإصابة بالأمراض النفسيّة

تختلف الأعراض المُصاحبة للإصابة بالأمراض النفسيّة باختلاف نوع المرض، وعلى الرغم من ذلك يتشارك العديد منها بأعراض مُعيَّنة، وفيما يأتي بعض من أكثر هذه الأعراض شيوعاً:[٣]

- تقلُّبات مزاجيّة جديدة تنتج عنها مشاكل في العلاقات الاجتماعيّة.
- الشعور بالضياع، واليأس، والعجز.
- افتعال المشاكل.
- المُعاناة من اضطرابات في الأكل، إمّا الأكل الزائد عن الحاجة، أو عدم تناول كمّيات كافية من الطعام.
- الشعور بالتعب، والإرهاق على الرغم من الراحة، والنوم لساعات كافية.
- الشعور بالخدران.
- اضطرابات في النوم، إمّا النوم لساعات طويلة، أو الأرق.
- الإقدام على التدخين، وشُرْب الكُحوليّات، أو تعاطي المُخدِّرات.
- المُعاناة من آلام شديدة في مُختلف أنحاء الجسم بدون أسباب مَرَضيّة معروفة.
- الشعور بالخوف، والغضب، والقلق، والحزن، والنسيان المُتكرِّر، والارتباك.
- سماع أصوات مزعجة في الرأس لا يمكن التخلُّص منها.
- عدم المقدرة على مُمارسة الأعمال اليوميّة.
- التفكير بإيذاء النفس، أو الغير.

الاضطرابات العقلية والسلوكية

الاضطرابات العقلية العضوية

الاضطرابات العقلية والسلوكية نتيجة استخدام مواد مؤثرة نفسي

الفصام والاضطرابات فصامية النمط

اضطرابات المزاج)الوجدانية

الاضطرابات العصابية والمرتبطة بالكرب

لتلازمات السلوكية المرتبطة باضطرابات في وظائف الأعضاء

اضطرابات في شخصية وسلوكيات البالغ

التخلف العقلي

اضطرابات النماء النفسي

اضطرابات سلوكية وعاطفية بدايتها في الطفولة والمراهقة

اضطرابات عقلية غير محددة

علاج الأمراض النفسية

- الهدف الرئيسي من العلاج هو تقليل الأعراض وعلاج الأسباب التي تؤدي للإصابة بهذه الأمراض،
- الأدوية: الأدوية تساعد على التحكم في الأعراض ولكن لا تعالج المرض النفسي بشكل مباشر، وتساعد أيضًا على جعل العلاج النفسي أكثر فاعلية،
- وتشمل: الأدوية المضادة للاكتئاب: الأدوية المضادة للقلق الأدوية التي تساعد على استقرار المزاج: الأدوية المضادة للذهان
- العلاج عن طريق تحفيز الدماغ: يستخدم تحفيز الدماغ الكهربائية والتحفيز المغناطيسي للدماغ

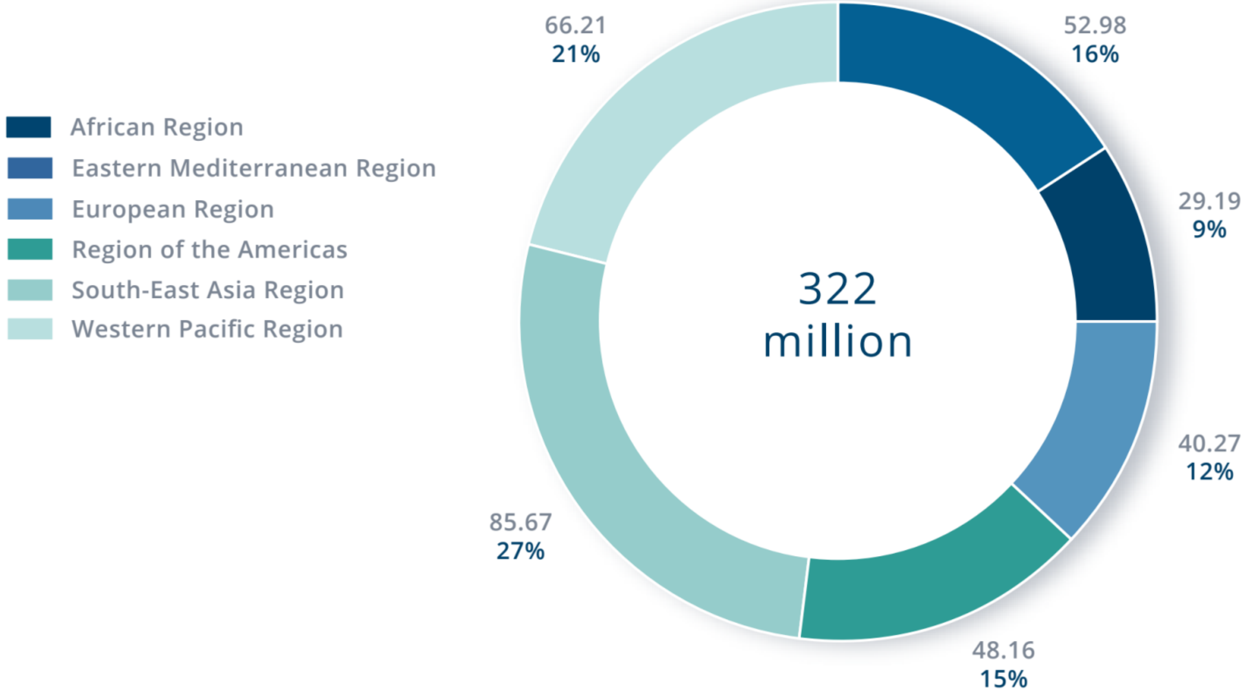
الأمراض النفسية عضوية تنتج عن
الخلل بالموصلات العصبية والدليل
استجابتها للعلاجات الدوائية

الفترة الزمنية أحد المتطلبات في
تشخيص المرض النفسي والتفريق
بينه وبين المشاعر الدارجة

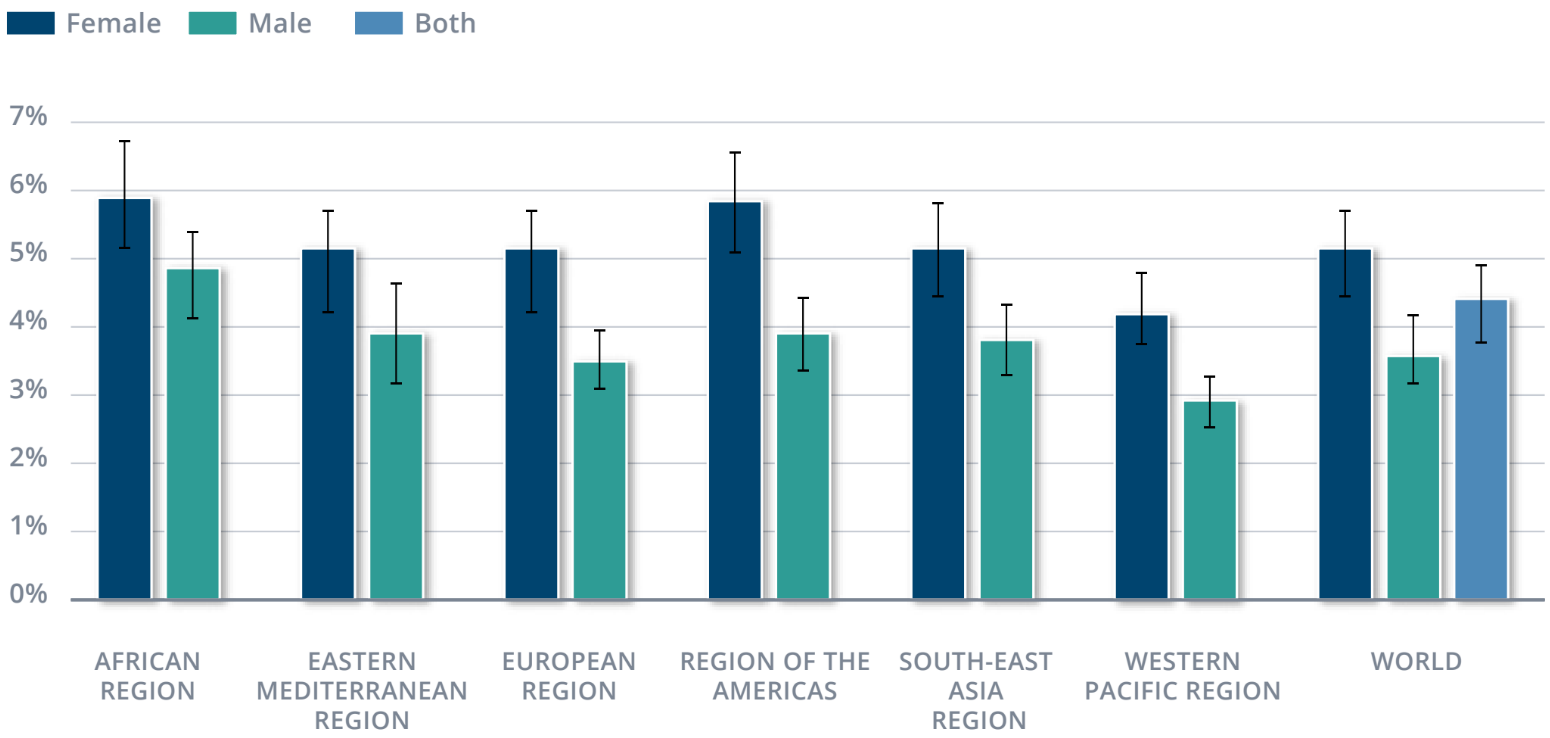
المشاعر والأحاسيس لا تدخل
ضمن الأمراض النفسية إلا إذا
استمرت فترة طويلة

الجلسات النفسية العلاجية تفيد
في بعض الحالات مثل الخوف
ونوبات الرهاب

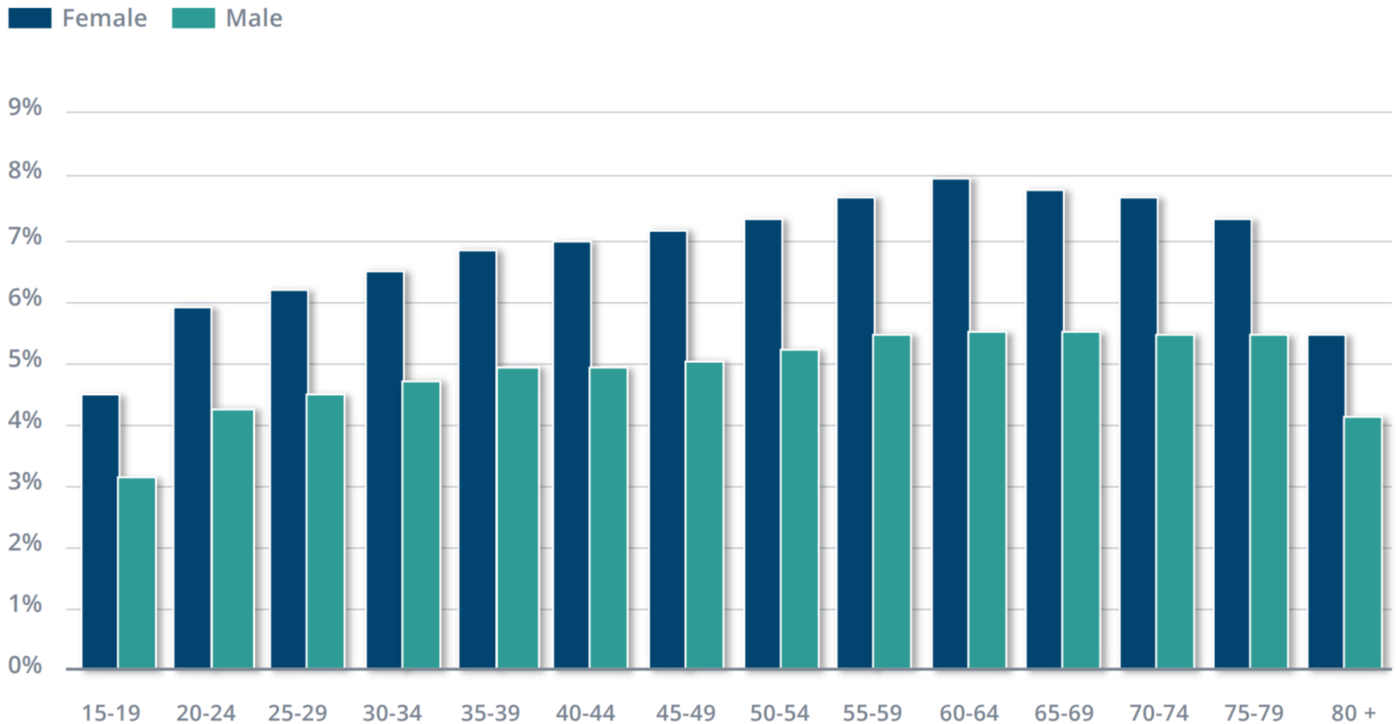
Cases of depressive disorder (millions), by WHO Region



Prevalence of depressive disorders (% of population), by WHO Region

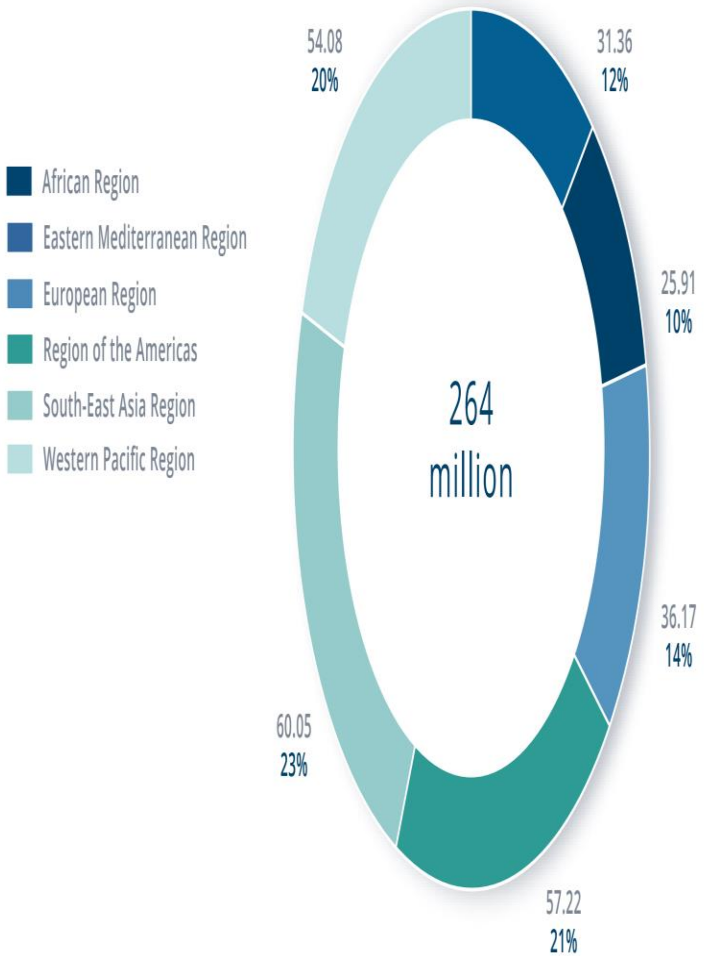


Global prevalence of depressive disorders, by age and sex (%)

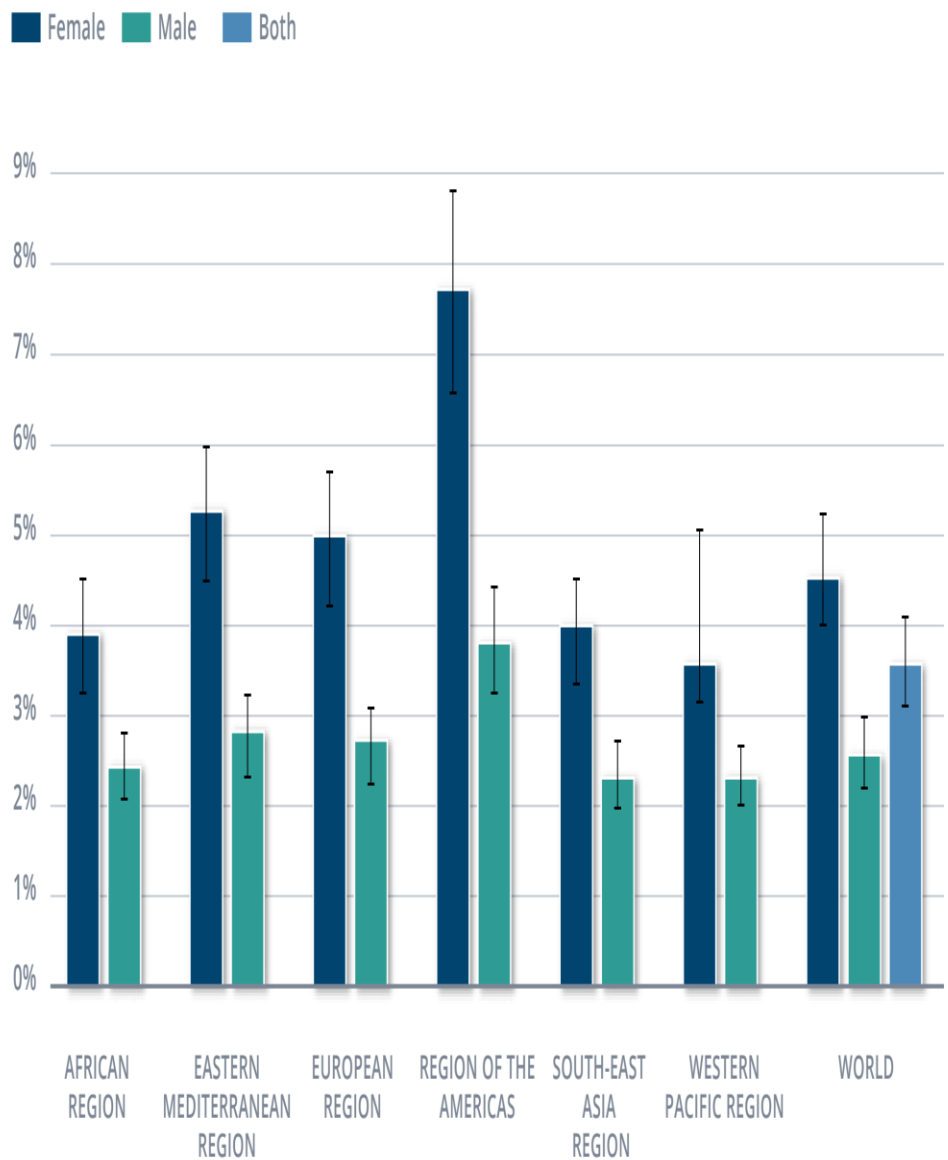


Source: Global Burden of Disease Study 2015 (*http://ghdx.healthdata.org/gbd-results-tool*)
Regional data shown are age-standardized estimates.

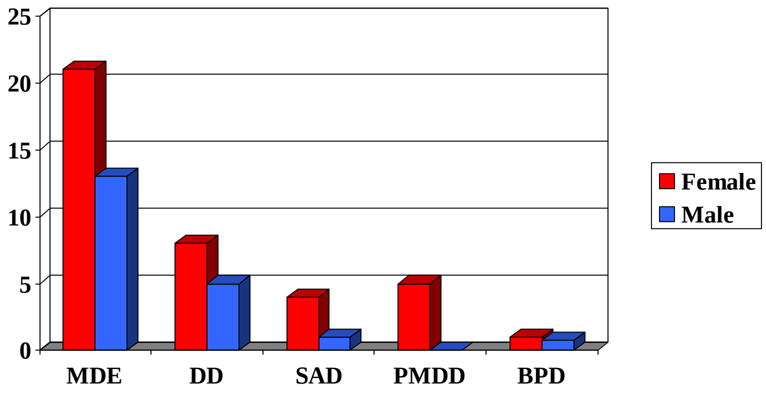
Cases of anxiety disorder (millions), by WHO Region

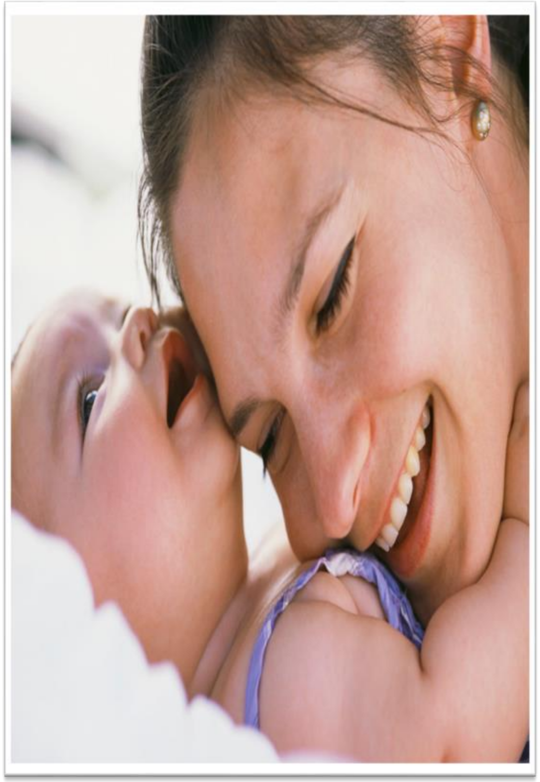


Prevalence of anxiety disorders (% of population), by WHO Region



Psychiatric Diagnoses in Women





النساء والاكتئاب

- * الاستعداد البيولوجي
- * الحمل والولادة والدورة الشهرية
- * عوامل نفس اجتماعية

عوامل الخطورة النفس اجتماعية للاكتئاب والقلق المرضي

- * العنف المبني على النوع (الاغتصاب – الإساءة الجنسية – العنف المنزلي)
- * المستوى الاقتصادي والاجتماعي
- * مسؤوليات الرعاية أو الأدوار الاجتماعية المتعددة

أحداث الولادة المرتبطة بالأمراض النفسية لدى النساء

- * الدورة الشهرية
- * العقم
- * الحمل
- * فترة ما بعد الولادة
- * "سن الإياس" والفترة التي تسبقه
- * العلاجات الهرمونية

الهرمونات والحالة المزاجية ـ ما الدليل؟

- * نسبة وجود الاكتئاب المزمن في النساء مرتفعة عند بداية مرحلة البلوغ ومنخفضة بعد مرحلة سن الإياس
- * السلوك الانتحاري أحيانًا يكون أعلى في الحالات التي لديها انخفاض في مستوى هرمون الإستروجين
- * حالات اكتئاب ما بعد الولادة والفصام تنعدم بعد الولادة مباشرةً
- * عُسر المزاج قبل الطمث
- * اكتئاب سن الإياس